

PRÉVENDOS

**«... ET SI LA PRÉVENTION DES TMS PASSAIT PAR LA FORMATION
D'UN FORMATEUR INTERNE À L'ENTREPRISE ? »**

Bruxelles – 29 octobre 2021



Ingrid **LEMPEREUR**, *coordinatrice Prévendos*
Service de Santé au Travail Multisectoriel
Centre de Prévention pour le dos - Prévendos



POURQUOI DES FORMATIONS DE FORMATEUR INTERNE ?



Limites des formations « standards » de prévention

- Perte des acquis à long terme
- Peu spécifique



Souhait des entreprises :

Personne en interne → relancer la prévention au quotidien

MISE EN OEUVRE

Historique

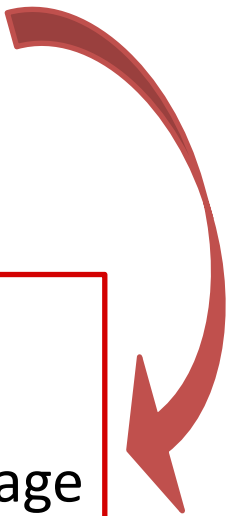
2016 – 2019 Elaboration projet -> 2 entreprises « pilotes »

2019 – début 2020 Mise au point version définitive de la formation

2020 Première formation dans sa formule définitive



- 40 fichiers de présentation
- 90 exercices d'animation / pratique d'apprentissage
- 37 fiches support pour les participants
- 56 vidéos d'exercices pratiques



MISE EN PRATIQUE

Actuellement

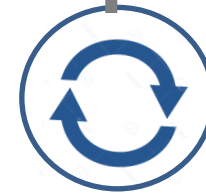
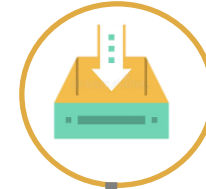
19 entreprises -> demande en attente -> **à traiter**

9 entreprises -> demande **traitée**

2 -> analyse préalable

2 -> pas de suite donnée (après l'analyse préalable)

5 -> formations terminées



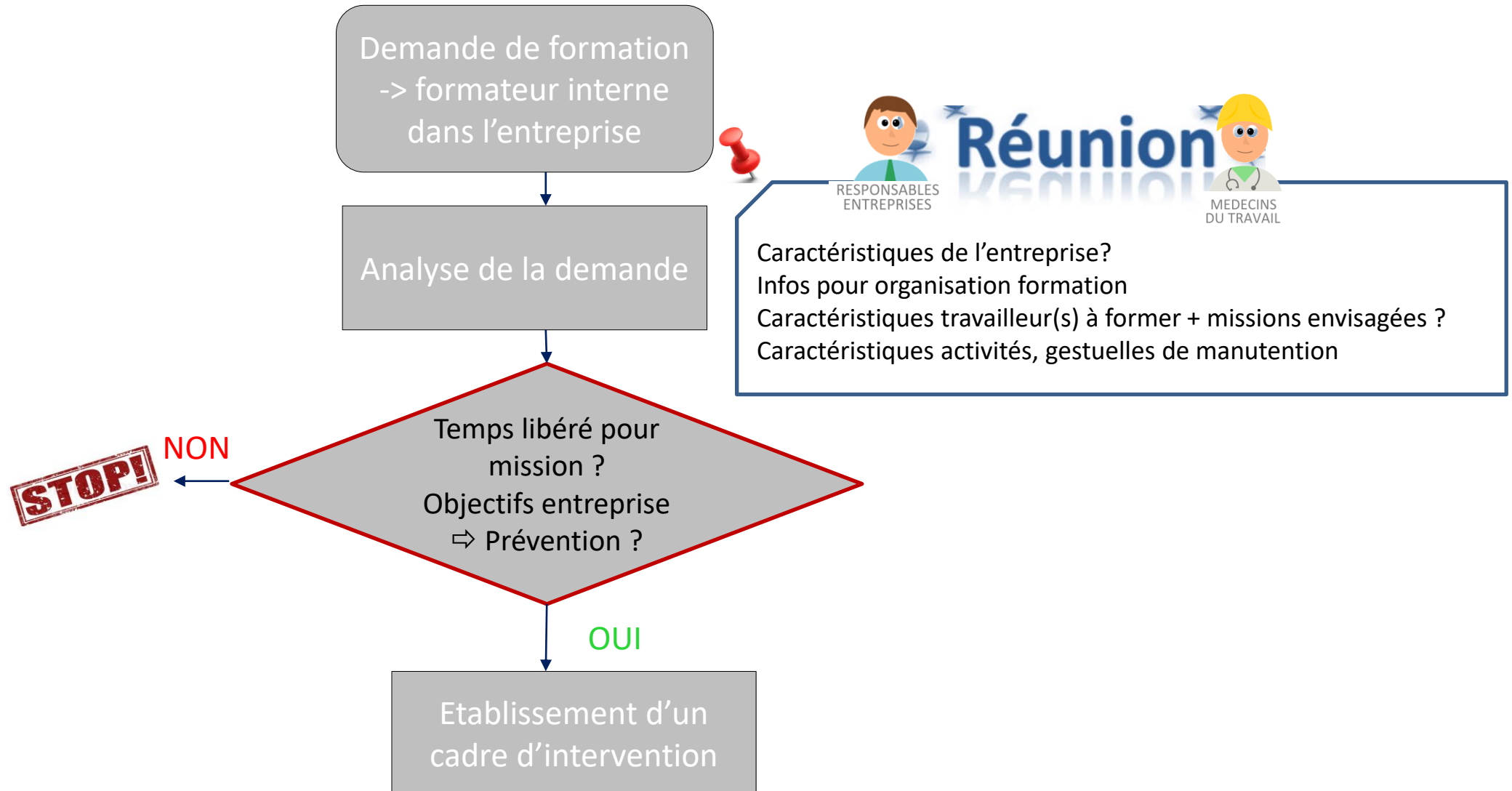
A close-up photograph of two hands, palms facing each other, gently holding a small amount of vibrant green moss. The hands are positioned in the upper half of the frame, with the fingers slightly curled. The moss is piled in the center, between the hands. The background is a soft, out-of-focus light color, possibly a wall or a backdrop. The overall lighting is warm and natural, highlighting the texture of the skin and the fine details of the moss.

Formation formateur
interne

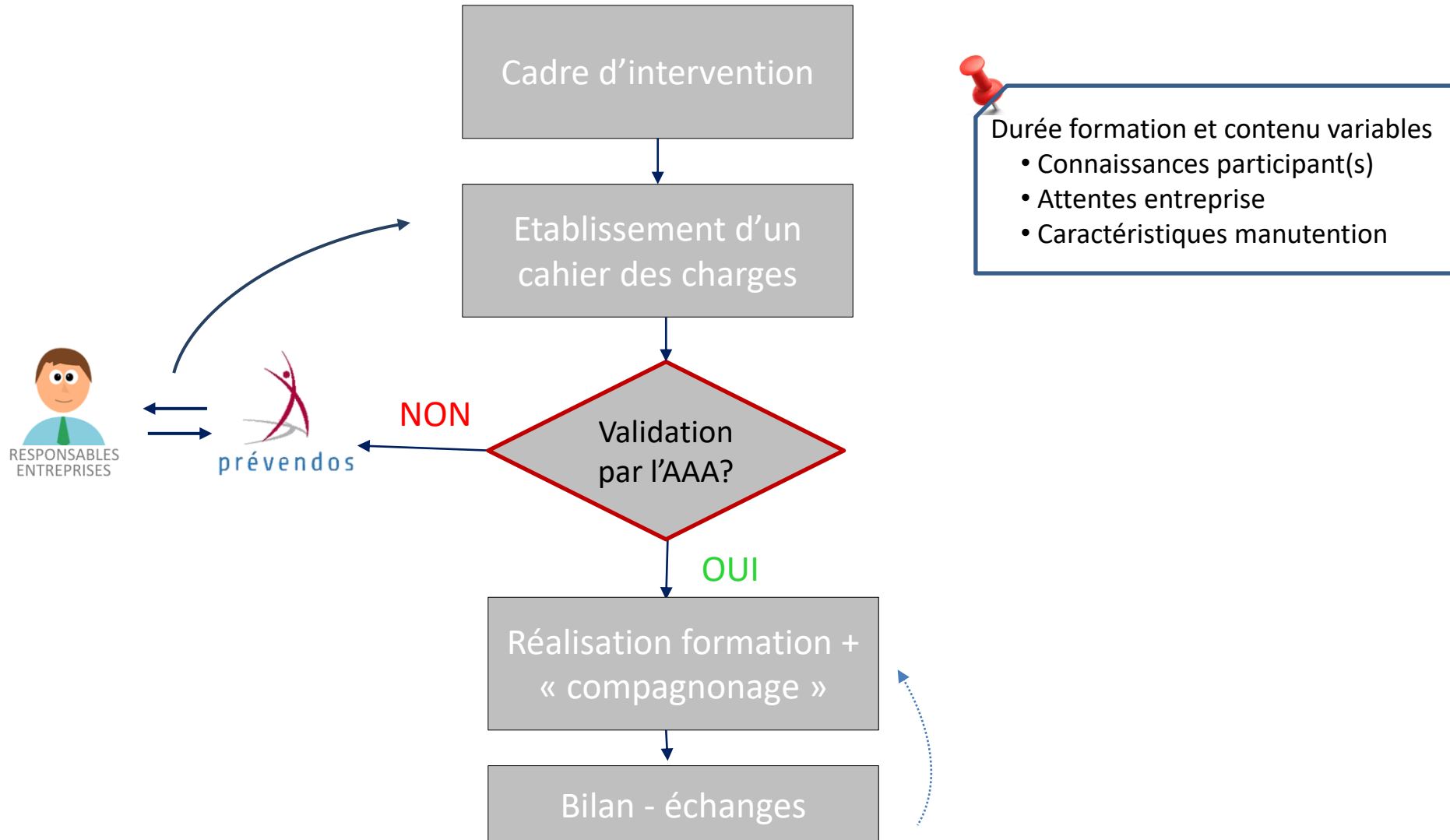
Caractéristiques

FORMATIONS DE FORMATEUR INTERNE


ETAPES DU CHEMINEMENT



FORMATIONS DE FORMATEUR INTERNE ETAPES DU CHEMINEMENT



ETUDE DU CONTEXTE DE L'ENTREPRISE ET DES SPÉCIFICITÉS DU CANDIDAT FORMATEUR

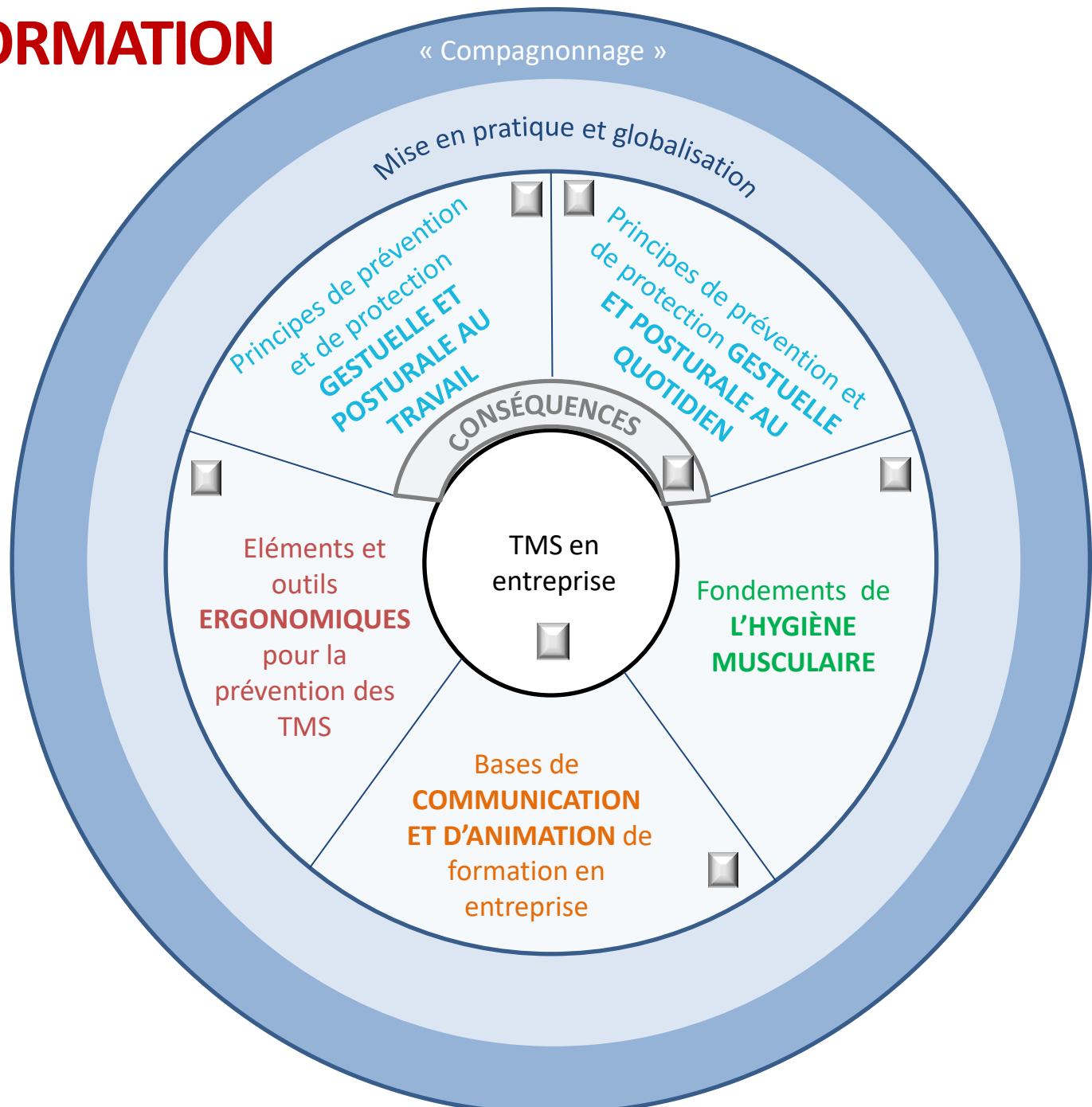
- **Recueil d'éléments pertinents** (~ 1 jour)
 - Entreprise
 - Candidat formateur
- 
- **Préparation et adaptation des outils de formation**
 - TMS entreprise
 - Prévention gestuelle et posturale
 - Communication et animation
 - Hygiène musculaire - ergonomie

CARACTÉRISTIQUES TEMPORELLES DE LA FORMATION

- **Durée de formation**
 - 5 à 7 jours
- **Heures d'accompagnement post formation**
 - 5h – 7 h **par participant** (modulable)
- **Durée bilan et suivi**
 - Une demi journée



CONTENU DE FORMATION



CONTENU DE FORMATION

TMS en entreprise

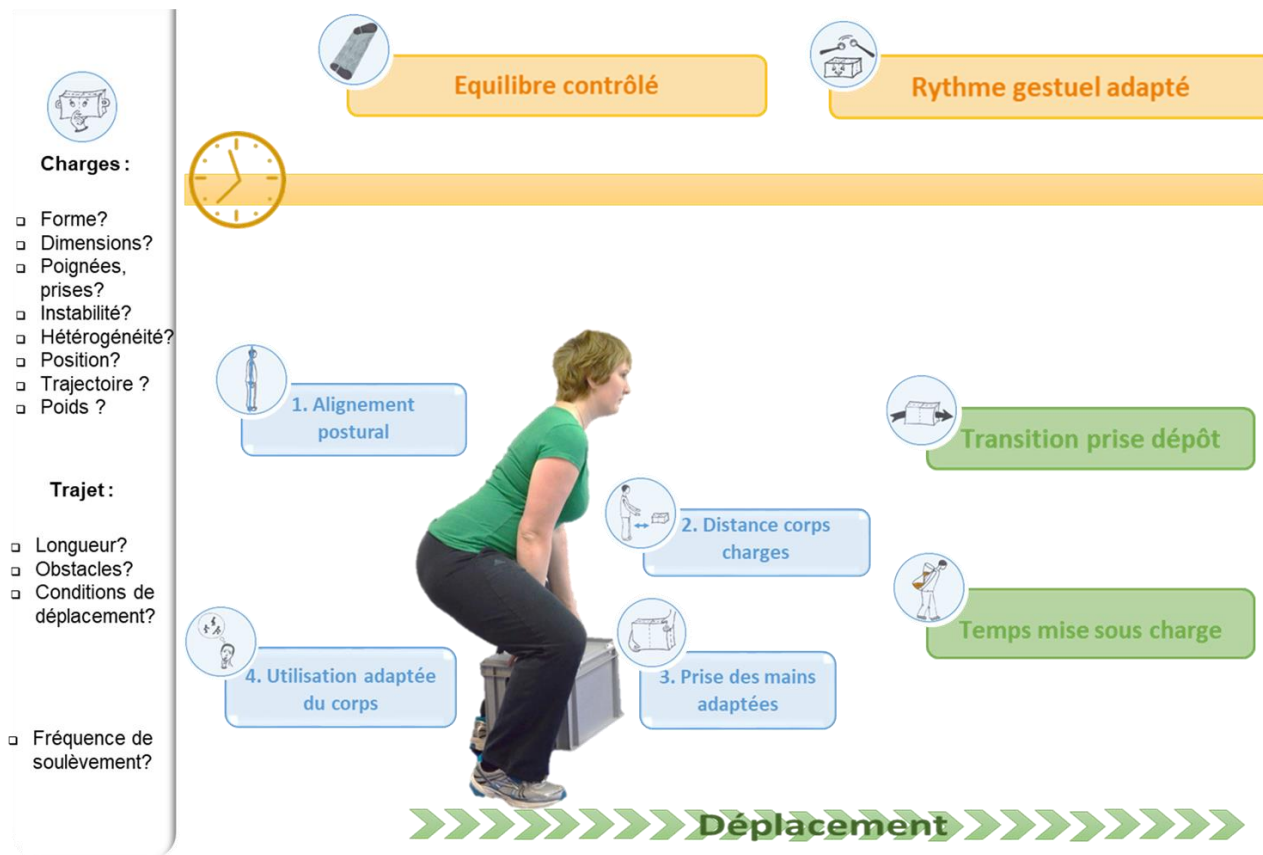
**Identifier et comprendre les risques
pour le dos /les membres supérieurs**



CONTENU DE FORMATION

Gestes et postures AU TRAVAIL

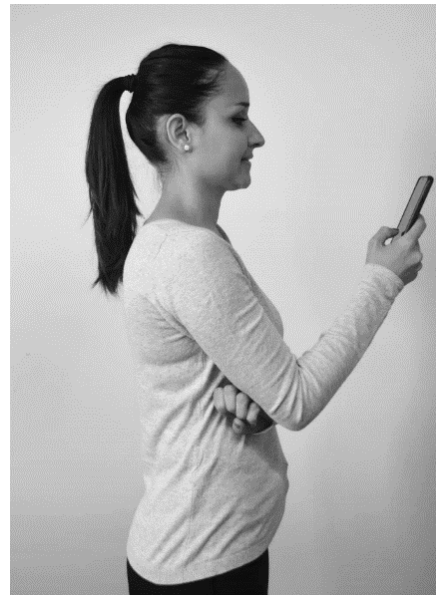
- Analyser les situations de travail et **reconnaître les gestuelles à risque**
- **Visualiser, utiliser et expérimenter** les principes de manutention
- **Pratiquer** les stratégies gestuelles de protection



CONTENU DE FORMATION

Geste et postures AU QUOTIDIEN

Mettre en relation les stratégies gestuelles de protection avec les gestes du quotidien



CONTENU DE FORMATION

Conséquences

- **Prendre conscience** des conséquences possibles de la non mise en pratique des principes de prévention
- **Développer les conduites à tenir**



CONTENU DE FORMATION

Bases de COMMUNICATION et D'ANIMATION

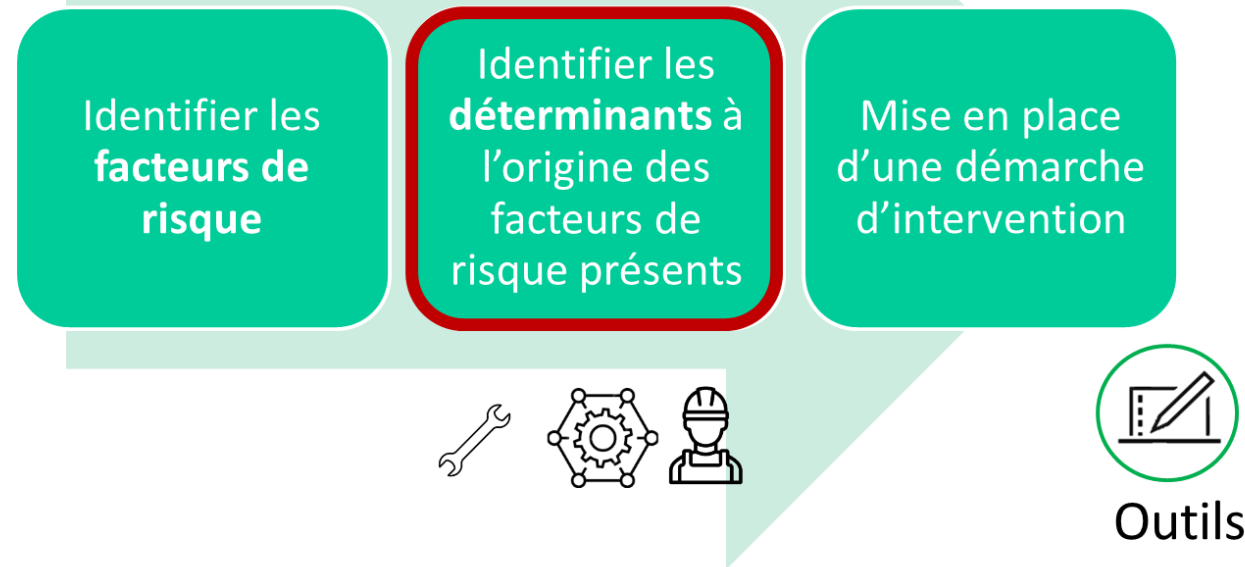
- **Visualiser et mettre en pratique** les éléments intervenant dans la **gestion de groupe**
- Utiliser les **méthodes pédagogiques** en tenant compte **des stratégies d'apprentissage**
- **Identifier et utiliser les moyens de communication** de l'entreprise en soutien à l'apprentissage



CONTENU DE FORMATION

Éléments et outils ERGONOMIQUES

- Visualiser et **expérimenter les facteurs de risque**
- Comprendre la **démarche ergonomique**
- **Utiliser les outils** adaptés au **risque TMS** et expérimenter la **recherche de solutions**



CONTENU DE FORMATION

Fondements de l'HYGIÈNE MUSCULAIRE

Comprendre les fondements et **expérimenter** les exercices pratiques

- du **réveil musculaire**
- de l'**étirement**
- du **renforcement musculaire**



FINANCEMENT

Salaire



A la charge de l'entreprise

Formation



Pris en charge par l'AAA



SOUS CONDITION DE
l'acceptation du cahier des charges

A close-up photograph of two hands, palms facing each other, gently holding a small amount of vibrant green moss. The hands are positioned in the upper half of the frame, with the fingers slightly curled. The moss is piled in the center, between the hands, and fills the lower half of the frame. The background is a soft, out-of-focus light color, possibly a white surface. The overall lighting is warm and natural, highlighting the texture of the skin and the fine details of the moss.

Formation formateur
interne

Cas pratique
et retour

CAS PRATIQUE

- **Entreprise concernée :**
 - Secteur de la grande distribution alimentaire
 - ~ 1100 travailleurs
- **Origine de la demande:**

Difficultés de maintien à l'emploi et à la réintégration des travailleurs (TMS) → mise en place d'une démarche de prévention
- **Proposition :**

Formation d'un formateur interne qui interviendra selon une stratégie d'apprentissage par les pairs

CAS PRATIQUE

- **Décision (2015):**
 - Par Direction du personnel avec travailleur désigné -> formation formateur interne
 - Désignation candidat formateur interne
 - Choix du module « ergo » mais pas hygiène musculaire
- **1ère année de mission :**

Formation de l'ensemble des travailleurs
-> principes de base de manutention
- **Années suivantes :**

Actions par secteur

CAS PRATIQUE – ACTION PAR SECTEUR

“Partage des connaissances” en gestes et postures

6 étapes

1. Observation, analyse des risques TMS et détermination des priorités d'intervention
2. Sensibilisation du secteur choisi aux facteurs de risques TMS



CAS PRATIQUE – ACTION PAR SECTEUR

“Partage des connaissances” en gestes et postures

3. Elaboration de la stratégie d’action formative

Quoi ? gestuelles et postures déterminées lors de la période d’immersion
→ partage de connaissance

Quand ? définit avec la maîtrise du secteur

Où ? sur le lieu de travail

Comment ? multiples échanges par petits groupes



CAS PRATIQUE – ACTION PAR SECTEUR

“Partage des connaissances” en gestes et postures

4. Transmission des compétences par « l'apprentissage par les pairs »

Formateur
interne



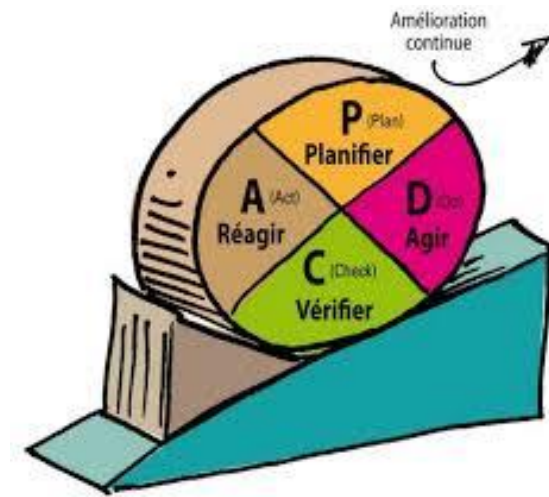
tâche, activité
ciblée

Travailleurs
concernés

CAS PRATIQUE – ACTION PAR SECTEUR

“Partage des connaissances” en gestes et postures

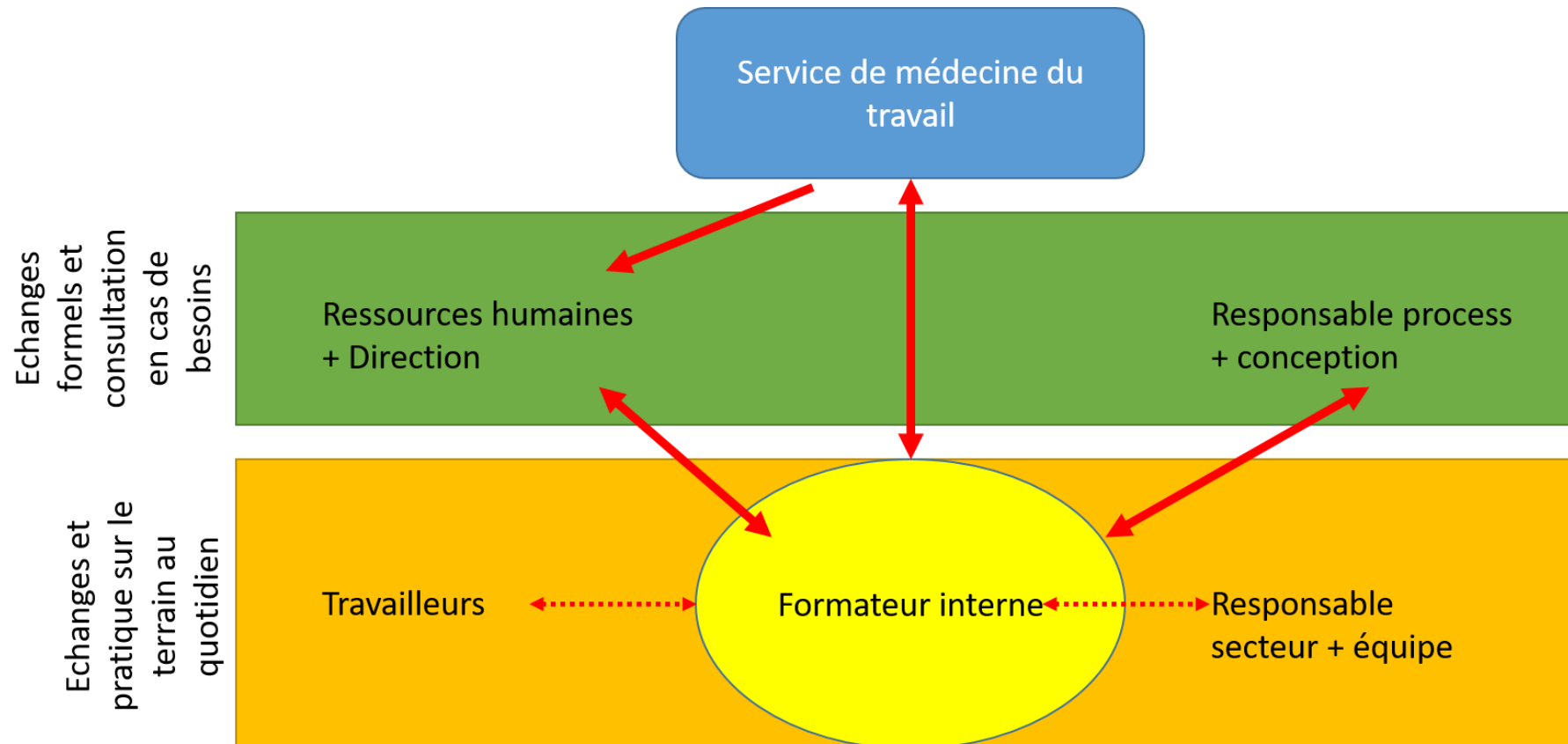
5. Mise en place d’une personne « relais » du secteur afin d’assurer le suivi
6. Retour du formateur interne dans le secteur sur la situation de travail (→ « rappel »)



CAS PRATIQUE – ACTION PAR SECTEUR

Mise en place de la démarche ergonomique

Rôle et positionnement du formateur interne



CAS PRATIQUE – ACTION PAR SECTEUR

Mise en place de la démarche ergonomique

Comment ?

1. En comprenant et analysant l'activité :
 - Echanges et actions par secteur spécifique
 - Présence importante sur le terrain
2. En recherchant et proposant des solutions adaptées

CAS PRATIQUE – ACTION PAR SECTEUR

Mise en place de la démarche ergonomique

Comment ?

3. En mettant en place les solutions projetées
Aide aux travailleurs -> appropriation aménagement
4. En assurant le suivi des aménagements mis en place
Recherche des causes de dysfonctionnements éventuels
→ ajustements/corrections

3 exemples de modifications réfléchies et mises en place par le formateur

1. Limitation de la hauteur de palettisation
2. Mise en place d'une procédure à respecter par les fournisseurs pour limiter les manutentions inutiles
3. Optimisation de l'accès au produit à forte rotation

CAS PRATIQUE – ACTION PAR SECTEUR

Au travers de ses interventions, le formateur interne

↳ gagne la **confiance** des travailleurs et de la **crédibilité**

↳ place centrale dans la prévention des TMS

RETOUR D'EXPÉRIENCE

Formateur interne

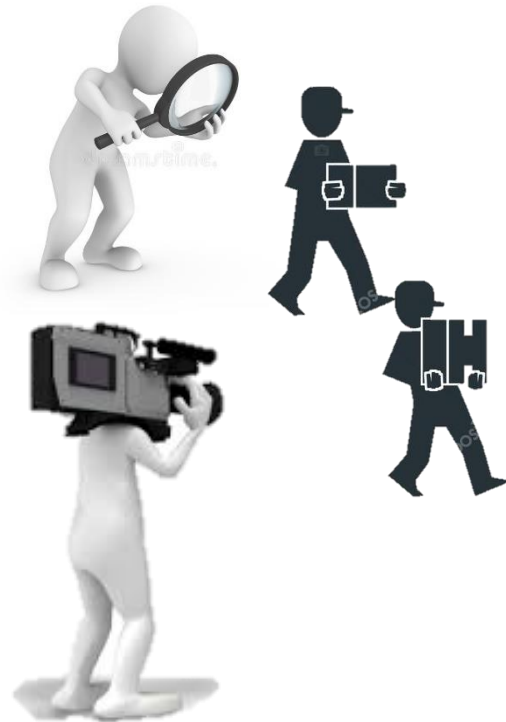
+	-
Échanges constructifs directs et réguliers avec les différents acteurs	Difficultés dans son positionnement
Demandes de conseils concernant les TMS	Complexité de planification de l'action formative (début)
Mise en place d'actions immédiates	

A close-up photograph of two hands, palms facing each other, gently holding a small amount of vibrant green moss. The hands are positioned in the upper half of the frame, with the fingers slightly curled. The moss is piled in the center, between the hands. The background is a soft, out-of-focus light color, possibly a white surface. The overall lighting is warm and natural, highlighting the texture of the skin and the fine details of the moss.

Formation formateur
interne

Perspectives

L'impact de l'action d'un formateur interne par l'apprentissage par les pairs en manutention de charges



Analyse statistique des
données en cours

PARTENAIRES FINANCIERS



Association d'Assurance Accident

POUR NOUS CONTACTER :



prevendos@stm.lu

MERCI POUR VOTRE ATTENTION

